

BEIFANG
MEIWEI JIACHANGCAI

美味家常菜

北方



● 金盾出版社

北方美味家常菜

吴 杰 郭玉华 齐庆仁 主编
王顺军 郭艳丽 白凤春
何明华 吴 忠 刘克志 编著
万金红

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

这是一本专门介绍如何制作北方美味家常菜的菜谱书,是金盾版《南方美味家常菜》的姊妹篇。书中收入北方叶菜、茎菜、根菜、花菜、茄果菜等 24 个蔬菜品种,213 个菜目。书中介绍了每款菜的用料配比、制作方法和成菜特点。成菜具有北方风味特色,适合北方人的饮食口味。本书内容丰富,通俗易懂,技术可靠,科学实用。按书操作,能把普通的家常菜做成美味佳肴。

本书适合北方广大家庭阅读使用,亦可供餐饮业人员和有关院校、职业培训班师生参考。

图书在版编目(CIP)数据

北方美味家常菜/吴 杰等主编. —北京:金盾出版社, 2000. 1

ISBN 7-5082-1072-7

I. 北… II. 吴… III. 菜谱-中国 IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 50709 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

彩色印刷:北京 3209 工厂

黑白印刷:北京万兴印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:3.875 彩页:12 字数:77 千字

2001 年 7 月第 1 版第 3 次印刷

印数:42001—63000 册 定价:5.50 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

- 锅塌白菜
- 扒白菜卷
- 金边白菜





• 栗子烧白菜

• 圆白菜炒青椒

• 草菇扁豆





- 素焖扁豆
- 肉炒茄丝
- 肉末烧茄子





- 鱼香茄条
- 夹沙茄排
- 菊花茄子



- 姜汁菠菜
- 菠菜拌肉丝
- 青椒炒肉丝





- 炝黄瓜条
- 鸡丝拌黄瓜
- 金钩挂银条





- 醋烹绿豆芽
- 干烧黄豆芽
- 三色土豆丁





- 炒土豆丝
- 肉片烧土豆
- 红烧萝卜





· 炸萝卜丸子

· 素炒萝卜丝

· 海米炒芹菜

· 鸡丝拌芹菜



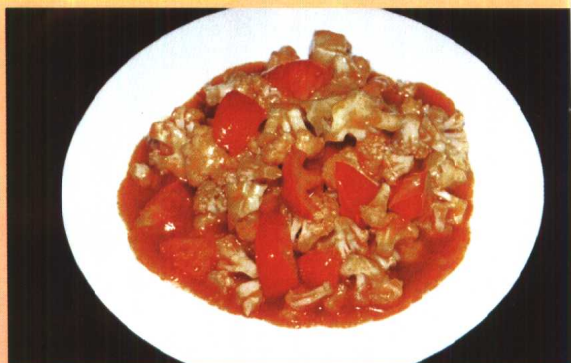


• 肉丝炒芹菜

• 番茄菜花

• 奶油菜花

• 虾仁扒油菜

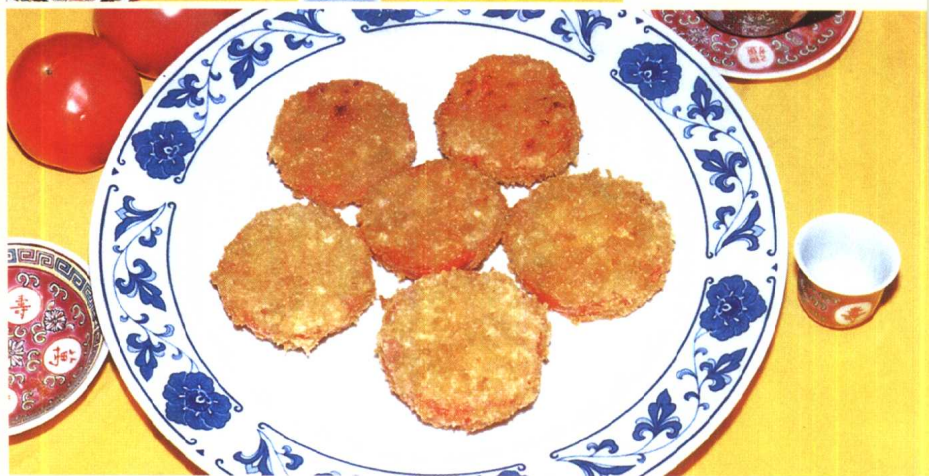


- 雪里蕻炖豆腐
- 海米烧冬瓜





- 冬瓜汆丸子
- 炸柿排
- 口蘑韭薹



• 双色蕨菜

• 山药焖羊肉

• 蕨菜里脊丝



前 言

《北方美味家常菜》是金盾版《南方美味家常菜》的姊妹篇。为普通家庭服务,科学地指导家常菜制作,是本书的宗旨和突出特色。

我国幅员辽阔,物产丰富。但由于气候和自然环境的不同,南北各地的蔬菜品种和人们的生活习惯均有较大差异,即使同一品种的蔬菜,不同地域的人也有不同的口味需求。本书以北方菜为基础,选用普通人家最爱吃,也能够吃得起的菜肴。传授北方菜烹调技法,成菜具有北方风味特色,适合北方人饮食口味,以便让北方广大家庭从这本书中学会烹制花样繁多的美味家常菜,满足人们改善日常生活的需要。

本书收入叶菜、茎菜、根菜、花菜和茄果菜等 24 个蔬菜品种,共 213 个菜目。书中介绍了每款菜的用料配比、制作方法和成菜特点。本书内容丰富,语言通俗,技术可靠,科学实用。若按书操作,原料易得,技法易学,能把普通的家常菜做成色、香、味、形俱佳的菜肴,而且经济实惠,有助于促进家庭生活从温饱型向营养卫生的小康型转变。

本书适合北方广大家庭阅读使用,亦可供餐饮业人员及有关院校、职业培训班师生参考。

编 者